

সচেতন হওঁক, সুৰক্ষিত থাকক

সচেষ্ট

বৈদ্যুতিক সুৰক্ষা হাতপুথি

কেন্দ্ৰীয় বৈদ্যুতিক প্ৰাধিকৰণৰ এক পদক্ষেপ



অসমীয়া সংস্কৰণ

সহযোগী



অসম শক্তি বিতৰণ কোম্পানী লিমিটেড
এক সম্পূৰ্ণ উপভোক্তাকেন্দ্ৰিক প্ৰতিষ্ঠান



সচেতন হওঁক, সুৰক্ষিত থাকক

SACHEST

- **S**tick to Safety Standards
- **A**dequate use of PPEs
- **C**oordination at workplace
- **H**azards identification
- **E**mergency action plan
- **S**tandard safety procedures
- **T**raining to employees

সূচীপত্ৰ

■ ভূমিকা	০২
■ বৈদ্যুতিক দুৰ্ঘটনা তথা অগ্নিকাণ্ডৰ কাৰণসমূহ	০৪
■ বৈদ্যুতিক সুৰক্ষাৰ বাবে সতৰ্কতামূলক ব্যৱস্থা	১০
■ বৈদ্যুতিক সুৰক্ষাৰ অনুশীলন	১৪
■ ঠিকাদাৰসকলৰ বাবে সুৰক্ষাৰ অনুশীলন	১৬
■ বিদ্যালয় চৌহদ আৰু আশে পাশে বৈদ্যুতিক সুৰক্ষা	২২
■ বৈদ্যুতিক সুৰক্ষাৰ ক্ষেত্ৰত আৰ্থিঙৰ (earthing) ভূমিকা	২৬
■ বজ্ৰপাতৰ ক্ষেত্ৰত অৱলম্বন কৰিবলগীয়া সতৰ্কতা	২৮
■ প্ৰাথমিক চিকিৎসা	৩৪

কেৱল আই.এছ. প্ৰমাণিত সামগ্ৰীহে ব্যৱহাৰ কৰক



ভূমিকা

সাৰধান নহ'লে বিপদ বাঢ়ে

কোনো ব্যক্তিৰ দৈনন্দিন কাম-কাজত ঘৰ, কাৰ্যালয় বা উদ্যোগ অথবা ৰাজহুৱা স্থান আদি কৰ্মক্ষেত্ৰত বিদ্যুতৰ বুজন ব্যৱহাৰৰ সতে জীৱন তথা সা-সম্পত্তিৰ একপ্ৰকাৰৰ সংশয় জড়িত থাকে। যিহেতু বৈদ্যুতিক শক্তিয়ে কোনোধৰণৰ আগজাননী নিদিয়াকৈ আঘাত হানে, গতিকে যিকোনো বৈদ্যুতিক দুৰ্ঘটনাৰ পৰা হাত সাৰিবলৈ সতৰ্কতা অৱলম্বন কৰাটো অতি প্ৰয়োজনীয়। বৈদ্যুতিক দুৰ্ঘটনাৰ পৰা হ'বলগীয়া বিপদসমূহ পূৰ্বৰে পৰা দেখা, শুনা বা ঘ্ৰাণশক্তিৰ দ্বাৰা অনুমান কৰিব নোৱাৰি, সেইবাবে ইয়াৰ ফলত হ'ব পৰা ক্ষয়-ক্ষতিৰ বিষয়ে জনাটো অতি প্ৰয়োজনীয়, যাতে এনে দুৰ্ঘটনাপ্ৰৰণ ঠাইসমূহত প্ৰতিৰোধমূলক ব্যৱস্থাসমূহ গ্ৰহণ কৰিব পৰা যায়।

বৈদ্যুতিক দুর্ঘটনা
আৰু অগ্নিকাণ্ডৰ
কাৰণসমূহ



ঘৰুৱা বৈদ্যুতিক
অগ্নিকাণ্ডৰ প্ৰায় এক
তৃতীয়াংশই তাঁৰৰ
স্ফুলিঙ্গ অথবা
ভ্ৰুটীপূৰ্ণ অন্তৰ্ৰণৰ
পৰা আৰম্ভ হয়।



বৈদ্যুতিক দুৰ্ঘটনা আৰু বৈদ্যুতিক জুই লগাৰ কাৰণসমূহ

- ১) পূৰ্ণি সৰঞ্জাম আৰু তাঁৰৰ ব্যৱহাৰ যি অপৰ্যাপ্ত বিদ্যুৎ প্ৰবাহ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতাৰ বাবে বিদ্যুৎ লীক কৰাৰ প্ৰতি প্ৰৱণ।
- ২) প্ৰয়োজনতকৈ চুটি বিদ্যুৎ পৰিবাহী তাঁৰ আৰু কেবলৰ ব্যৱহাৰ।
- ৩) ধাতুৰ ফলক / ৰাস্তাৰ বাহন / বিভিন্ন সা-সঁজুলি কেবলৰ ওপৰেদি টানি নিয়াৰ ফলত বিদ্যুৎ প্ৰবাহত ব্যাঘাত জন্মে / ক্ষতি হয়।
- ৪) বৈদ্যুতিক ছুইচ অনু কৰি বৈদ্যুতিক সামগ্ৰী / হাতৰ সৰঞ্জামৰ মেৰামতি।
- ৫) বিদ্যুৎ প্ৰবাহিত বাহুৰত কোনো সঁজুলি অকস্মাত পৰি গ'লে।
- ৬) ভূমিৰ তলৰ কেবলৰ খনন সময়ত কোনো বিদ্যুৎ প্ৰবাহিত কেবল খনন।
- ৭) ভূমিষ্ঠ কেবলৰ বাবে পথচিহ্নৰ ব্যৱহাৰ নকৰা।
- ৮) অস্থায়ী জখলা / ক্ৰেণৰ বুৰৰ দ্বাৰা ওপৰেৰে টনা বৈদ্যুতিক তাঁৰৰ সৈতে সংস্পৰ্শ।
- ৯) বিদ্যুৎ বিতৰণ বোৰ্ডৰ পৰা যথাযথ প্লাগ চকেট ব্যৱহাৰ নকৰাকৈ বা বিভিন্ন অকোঁৱা-পকোঁৱা জইণ্টৰ দ্বাৰা ওপৰা-ওপৰিকৈ বিদ্যুৎ সংযোগ কৰা।
- ১০) যথোচিত ফিউজ তাঁৰ ব্যৱহাৰ নকৰা বা কণ্ডাক্টৰকে জৰুৰীকালীন সময়ত ফিউজ তাঁৰৰূপে ব্যৱহাৰ কৰা।
- ১১) হাই ৰাপচাৰিং কেপাচিটি (HRC) সম্পন্ন ফিউজ কেৰিয়াৰত উন্মুক্ত ফিউজ তাঁৰৰ ব্যৱহাৰ।
- ১২) ছুইচ বোৰ্ডত তৰল পদাৰ্থৰ প্ৰৱেশ।
- ১৩) ল' ভল্টেজক সুৰক্ষিত বুলি ধাৰণা কৰা।
- ১৪) বাল্ব লগোৱাৰ বা অন্যান্য বৈদ্যুতিক হাত-সঁজুলি চালনা কৰাৰ সময়ত ভূমি / অন্যান্য বস্তুক নিউট্ৰেলৰূপে ব্যৱহাৰ কৰা।
- ১৫) উচ্চ ৰেটিংসম্পন্ন সুৰক্ষা যন্ত্ৰৰ ব্যৱহাৰ কৰা।

**দুৰ্ঘটনাই আপোনাক
আক্ৰমণ কৰাৰ
আগতে আপুনি
দুৰ্ঘটনাৰ পথ বন্ধ
কৰক !**



- ১৬) বৈদ্যুতিক স্থাপনৰ ত্ৰুটিপূৰ্ণ নক্সা।
- ১৭) অপৰ্যাপ্ত সুৰক্ষা আঁচনি।
- ১৮) ট্ৰান্সফৰ্মাৰৰ কুলিং আৰু মেইনটেনেন্সৰ বাবে অপৰ্যাপ্ত ক্লিয়াৰেন্স।
- ১৯) বৈদ্যুতিক সা-সঁজুলিৰ প্ৰতিৰোধকাৰী বক্ষণা-বেক্ষণৰ অভাৱ।
- ২০) অপৰ্যাপ্ত ফল্ট আইছ'লেটৰ ফলত চাৰ্কিট ব্ৰেকাৰ / লোড ব্ৰেক ছুইচৰ ভুল নিৰ্বাচন।
- ২১) ত্ৰুটিপূৰ্ণ বাছ ৰেটিং।
- ২২) বৈদ্যুতিক সা-সঁজুলিলৈ সঠিক আৰ্থিঙৰ যোগান নধৰা।
- ২৩) ফেজসমূহৰ মাজত আৰু ফেজ আৰু ভূমিৰ মাজত উপযুক্ত ক্লিয়াৰেন্স অবিহনে মূৰৰ ওপৰেৰে যোৱা বৈদ্যুতিক তাঁৰৰ ত্ৰুটিপূৰ্ণ গাঁথনি।
- ২৪) টাৱাৰ / খুটা আদিত আৰোহণ বিৰোধী যন্ত্ৰৰ ব্যৱহাৰ নকৰা।
- ২৫) কেবলসমূহৰ ত্ৰুটিপূৰ্ণ সমাপ্তি / সংযোগ।
- ২৬) এল.টি. কিয়স্ক / এল.টি. বাৰ্তাৰ ব্যৱস্থা নথকা।
- ২৭) তেল ভৰ্তি ট্ৰান্সফৰ্মাৰসমূহৰ অনুপযুক্ত স্থাপন আৰু চাৰিওকাষে যথোচিত বেণ্টনিৰ অভাৱ।
- ২৮) 'চলি যাব' বুলি ভৱা ধাৰণা।

শ্বৰ্ট চাৰ্কিটৰ কাৰণসমূহ

- পুৰণা বা ধ্বংসপ্ৰাপ্ত ইনছুলেছনৰ ফলত হোৱা ত্ৰুটিপূৰ্ণ চাৰ্কিট।
- ছিংগল ছকেটত মাল্টিপিন প্লাগ লগাই অভাৱল'ডিং কৰা।
- প্ৰয়োজনতকৈ কম ব্যাসৰ তাঁৰৰ ব্যৱহাৰ যিয়ে নিৰ্দিষ্ট বৈদ্যুতিক ল'ড বহন কৰিব নোৱাৰে।
- তাঁৰবোৰ টিলাকৈ সংযোগ কৰাৰ ফলত কেতিয়াবা 'নিউট্ৰেল' আৰু 'লাইভ' তাঁৰৰ মাজত সংযোগ ঘটি শ্বৰ্ট চাৰ্কিট হ'ব পাৰে।
- প্লাগৰ ভিতৰত, পাৰাৰ কৰ্ডত বা সঁজুলিটোৰ ভিতৰতে ভুল ৰায়াৰিং হ'ব পাৰে।



শ্বৰ্ট চাৰ্কিট হ'লে কি কৰিব

- ট্ৰিপ কৰা চাৰ্কিট ব্ৰেকাৰটো বিচাৰি উলিয়াওক।
- প্ৰয়োজনীয় বৈদ্যুতিক মেৰামতিৰ কাম কৰাৰ আগতে বিদ্যুৎ বিসংযোগিত কৰি লওঁক।
- সৰঞ্জামটো পৰীক্ষা কৰাৰ বা মেৰামতিৰ কাম আৰম্ভৰ আগতে তাৰ প্লাগটো ছকেটৰ পৰা খুলি লওক।
- ৰায়াৰিঙৰ ত্ৰুটিৰ ক্ষেত্ৰত সেয়া মেৰামতি কৰিবৰ বাবে সদায় অভিজ্ঞ/ প্ৰমাণপত্ৰ থকা ইলেকট্ৰিচিয়ানক মাতক।

শ্বৰ্ট চাৰ্কিট

হ'লে
মোকাবিলা
কেনেদৰে
কৰিব
লাগে



অভাৰলোড আৰু শ্ব'ৰ্ট চাৰ্কিটৰ কাৰণসমূহ

- ☑ নিকৃষ্টমানৰ সামগ্ৰীৰ ব্যৱহাৰ
- ☑ চুটি ৱায়াৰিং
- ☑ ত্ৰুটিপূৰ্ণ আৰ্থিং
- ☑ বিদ্যুৎ প্ৰবাহত ব্যাঘাত
- ☑ টিলা কণ্ডাক্টৰ
- ☑ অনুপযুক্ত নক্সা



অভাৰলোড হৈ
থকা বৈদ্যুতিক
চাৰ্কিটসমূহত
জুই লগাৰ পূৰ্ণ
সম্ভাৱনা থাকে।





নষ্ট হৈ যোৱা বা
ঢিলা বৈদ্যুতিক
তাঁৰৰ সময়োচিত
বদলি বা মেৰামতি



বৈদ্যুতিক সুৰক্ষাৰ
বাবে সতৰ্কতামূলক
ব্যৱস্থা

লাইটৰ সংযোগস্থলত বা বাল্বৰ
ওচৰত থকা দাহ্য বস্তু হৈছে
বৈদ্যুতিক জুইৰ এক প্ৰধান কাৰক।

এনে বস্তুৰ মাজত দূৰত্ব ৰাখক!



বৈদ্যুতিক সুৰক্ষাৰ সতৰ্কতাসমূহ

- বৈদ্যুতিক ছুইচৰ কোঠাত একক ৰেখাৰ চিত্ৰ, শ্বক চিকিৎসাৰ তালিকা, জৰুৰীকালীন ফোন নম্বৰ আদিৰ প্ৰদৰ্শন।
- সুস্পষ্ট আৰু নিৰাপদ অৱস্থানত বিপদ / সাৱধানতা বোৰ্ডৰ স্থাপন কৰা।
- সহজে উপলব্ধ ঠাইত এক উপযোগী প্ৰাথমিক চিকিৎসা বাকচ ৰখা আৰু ইয়াত থকা বস্তুবোৰৰ সময়ে সময়ে বদলি কৰি থকা।
- তাঁৰসমূহৰ ৰং অনুসৰি চিন ৰখা। সেউজীয়া ৰঙৰ চিহ্ন কেৱল আৰ্থিঙৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰা।
- ছুইচসমূহ এনেদৰে স্থাপন কৰিব লাগে যাতে জৰুৰীকালীন সময়ত এইবোৰ সহজে পোৱা যায়।
- সদায় সুন্দৰ গৃহস্থালি বজাই ৰখা।
- প্ৰতিটো চাৰ্কিটত যথোচিত সুৰক্ষাযুক্ত আহিলাৰ (সঠিক ৰেটিং যুক্ত) উপলব্ধতা নিশ্চিত কৰা।
- নিউট্ৰেল অৱস্থাত চিংগল প'ল ছুইচ বা ফিউজ ব্যৱহাৰ কৰাৰ পৰা বিৰত থকা।
- ছুইচ অফ নকৰাকৈ প্লাগ উলিয়াই আনিব নালাগে।
- ছিংগল ফেজ চাৰ্কিটত মাথো থ্ৰি পিন প্লাগহে ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।
- চাৰ্কিট ব্ৰেকাৰ আৰু ছুইচবোৰ স্পষ্টভাৱে চিহ্নিত কৰি এইবোৰৰ লোড / চাৰ্কিট সূচীত কৰিব লাগে।
- উচ্চ বিদ্যুৎ প্ৰবাহ আৰু ইণ্ডাক্টিভ চাৰ্কিটত, ছুইচসমূহ ফিউজতকৈ আগতেই স্থাপন আৰু চালিত কৰিব লাগে।
- এই কথা নিশ্চিত কৰিব লাগে যে ওপৰেৰে যোৱা বৈদ্যুতিক তাঁৰসমূহৰ বিদ্যুৎ সংযোগ ক্ৰেণজাতীয় বাহন অহাৰ আগতে বিচ্ছিন্ন কৰা হয়।

কোনো তাঁৰ

উন্মুক্তভাৱে

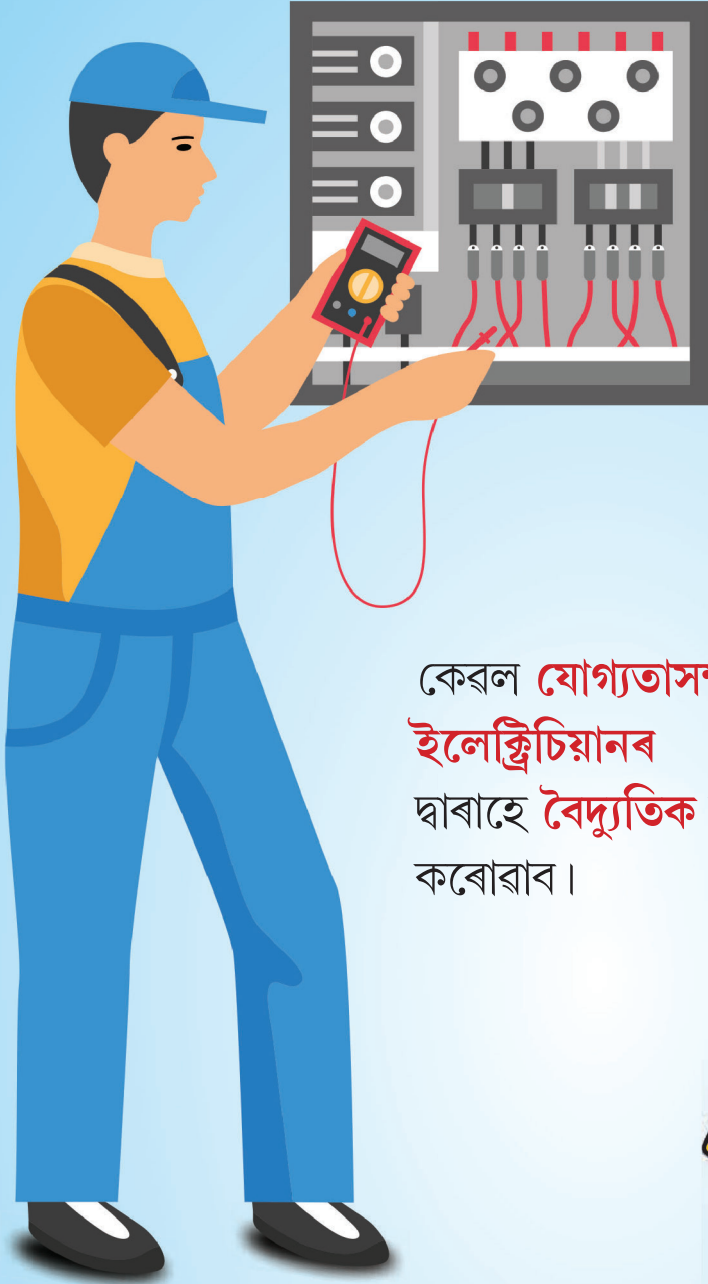
নাৰাখিব।

ইন্ডুলেচন

টেপৰ ব্যৱহাৰ

কৰক।





কেৱল যোগ্যতাসম্পন্ন
ইলেক্ট্ৰিচিয়ানৰ
দ্বাৰাহে বৈদ্যুতিক কাম
কৰোৱাব।



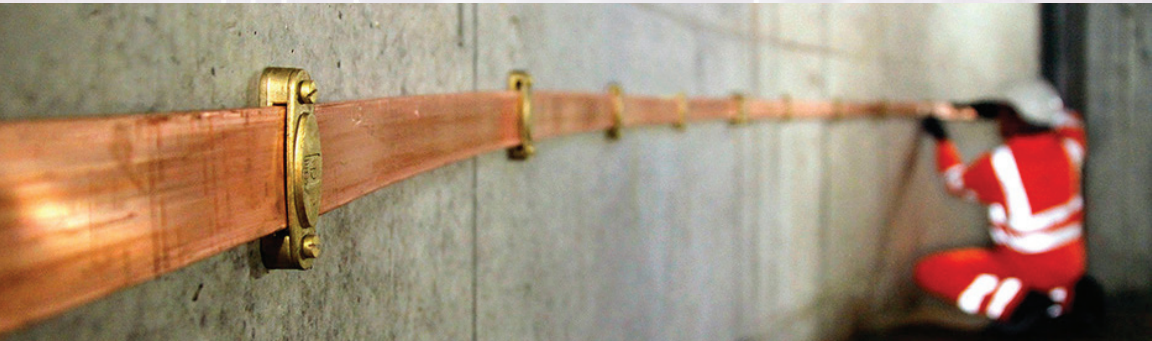
বৈদ্যুতিক
সুৰক্ষাৰ
অনুশীলন



দুৰ্ঘটনাই কন্দুৱায় সুৰক্ষাই দিয়ে আনন্দ



- যেতিয়ালৈকে এটা ছুইচ বেয়া হোৱাৰ কাৰণ জনা আৰু শুধৰোৱা নহয় তেনে ছুইচ পুনৰ ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।
- এটা ছুইচ তেতিয়ালৈকে বন্ধ নকৰিব যেতিয়ালৈকে ইয়াক খুলি থোৱাৰ কাৰণ জনা নাযায়।
- যেতিয়ালৈকে আপুনি নিশ্চিত নহয় যে কোনো এক বৈদ্যুতিক সঁজুলি বা কণ্ডাক্টৰ ডেড আৰু আৰ্থড হৈ আছে তেতিয়ালৈকে তেনে সঁজুলি হাতেৰে নুচুব।
- পৰ্য্যবেক্ষক বা চুপাৰভাইজৰৰ অনুমতি অবিহনে কোনো বিদ্যুৎ প্ৰবাহিত চাৰ্কিটত কাম নকৰিব। এই কথা নিশ্চিত কৰিব যে সকলো সুৰক্ষাসমূহ সতৰ্কতা গ্ৰহণ কৰা হৈছে আৰু আপোনাৰ সৈতে এনে এজন ব্যক্তি আছে যিয়ে আপোনাক প্ৰাথমিক চিকিৎসা প্ৰদান কৰিব পাৰিব।
- আৰ্থিং সংযোগ বা বাইপাছ ছেফটি গেজেটসমূহ ততালিকে সংযোগহীন নকৰিব।
- ছুইচ বা ফিউজসমূহ খোলা-বন্ধ কৰা কাম লাহে লাহে বা দ্বিধাৰে নকৰিব। এনে কাম ততালিকে সম্পন্ন কৰিব।
- ভিজা হাতেৰে কোনো বৈদ্যুতিক আহিলা বা চাৰ্কিট স্পৰ্শ নকৰিব।
- নিম্নমানৰ বিদ্যুৎ প্ৰবাহিত বৈদ্যুতিক তাঁৰ ব্যৱহাৰ নকৰিব।
- ছুইচ অন হৈ থকা অৱস্থাত কেবলত ধৰি কোনো প্লাগ টানি নুলিয়াব।
- কোনো অতিৰিক্ত সতৰ্কতা অৱলম্বন নকৰাকৈ শক্তি প্ৰবাহিত চাৰ্কিটত কাম নকৰিব। এনে কামৰ বাবে ববৰৰ হাতমোজা পিন্ধিব।
- জুই লাগিলে বৈদ্যুতিক সঁজুলিত পানী ছটিয়াই নিদিব।
- কোনো বাহিৰৰ লোকক বৈদ্যুতিক যন্ত্ৰপাতি চুবলৈ নিদিব বা উচ্চ ভল্টেজৰ যন্ত্ৰপাতি থকা ঠাইত প্ৰৱেশ কৰিবলৈ নিদিব।
- খালী হাত বা আঙুলিৰে চাৰ্কিট স্পৰ্শ নকৰিব।



ঠিকাদাৰসকলৰ
বাবে সুৰক্ষাৰ
অনুশীলন



ঠিকাদাৰসকলৰ বাবে সুৰক্ষাৰ অনুশীলন

পৰিকল্পনা :

- কাম আৰম্ভ কৰাৰ আগতে ঠিকাদাৰে সুৰক্ষা বিভাগৰ পৰা অনুমতি লাভ কৰিবৰ বাবে এক একক ৰেখাৰ চিত্ৰ জমা কৰিব লাগিব। এই একক ৰেখাৰ চিত্ৰত অনুমোদন লাভ কৰাৰ পাছতহে কাম আৰম্ভ কৰিব পাৰিব।
- মাথো অভিজ্ঞতাসম্পন্ন আৰু স্বীকৃতিপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিয়েহে মেৰামতিৰ কাম বা অন্য কোনো কাম কৰাটো উচিত।

ডিম্বিবিউচন পেনেলসমূহ :

- সকলো বৈদ্যুতিক পেনেল সহজে উপলব্ধ হোৱাৰ লগতে এক নিম্নতম বিধিবদ্ধ ক্লিয়াৰেন্স সমৃদ্ধ হ'ব লাগে।
- এই কথা নিশ্চিত কৰিব লাগে যে পেনেলৰ চাৰিওকাষত কোনোধৰণৰ জুই লাগিব পৰা বা দাহ্য পদাৰ্থ নাথাকে।
- পূৰ্ব অনুমোদিত লিখিত অনুমতিৰ পাছতহে মেইনটেনেন্স পেনেলৰ টেপিং কৰিব লাগে।
- কাম আৰম্ভ কৰাৰ আগতে সকলো বিদ্যুৎ যোগান আৰু সুৰক্ষাদায়ী যন্ত্ৰ ভালদৰে পৰীক্ষা কৰি ল'ব লাগে।
- সকলো পেনেল ভূমিৰ সৈতে সংযুক্ত হ'ব লাগে যাতে গ্ৰাউণ্ড ফল্ট কাৰেণ্ট পৰিস্থিতিৰ উদ্ভৱ নহয়।
- গ্ৰাউণ্ড ফল্ট কাৰেণ্ট নহ'বৰ বাবে সকলো পেনেল গ্ৰাউণ্ড ফল্ট কাৰেণ্ট ইন্টেৰাপ্ৰুযুক্ত হ'ব লাগে।
- ব্যৱহাৰ নহ'লে বৈদ্যুতিক পেনেলৰ দুৱাৰ বন্ধ কৰি তলা লগাই থ'ব লাগে।
- সকলো ডিম্বিবিউচন পেনেলত বৰ্তমান চলিত ৰেটিং প্ৰদৰ্শিত হৈ থাকিব লাগে।
- ধূলি বা পানীৰ সংস্পৰ্শৰ পৰা সুৰক্ষিত কৰিবলৈ পেনেলসমূহ নিম্নতম IP44 ৰেটিংযুক্ত হ'ব লাগে।
- বাগৰি পৰাৰ পৰা বচাবৰ বাবে পেনেলৰ তলৰ অংশ মাটিত ভালদৰে স্থাপন কৰিব লাগে।

পেনেলৰ পৰা কৰ্মস্থলীলৈ বিদ্যুৎ যোগান :

- মাথো স্বীকৃতিপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিকেহে বিদ্যুৎ প্ৰবাহিত বৈদ্যুতিক চাৰ্কিটত কাম কৰিবলৈ অনুমতি দিব লাগে।
- বিদ্যুৎ কৰ্মচাৰীসকলক বি.আই.এছ. মানদণ্ডৰ বা আন আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় মানদণ্ডৰ গুণমানযুক্ত সুৰক্ষায়ুক্ত আহিলা প্ৰদান কৰিব লাগে।
- বৈদ্যুতিক ঠিকাদাৰসকলে নিজকে প্ৰতিদিনে এইকেইটা কথা সুধিব লাগে -
 - ক) তেওঁৰ হাতত কাৰ্য্যকৰী লকআউট / টেগআউট (ল'ক) আৰু কাম চলোৱাৰ অনুমতি আছে নে?
 - খ) তেওঁৰ কৰ্মীসকল ভালদৰে কাম কৰিবলৈ প্ৰশিক্ষণপ্ৰাপ্ত হয় নে?
 - গ) কৰ্মীসকলৰ সৈতে সুৰক্ষা বিষয়ক আলোচনা নিয়মিতভাৱে কৰা হয় নে?
 - ঘ) পৰ্টেবল বৈদ্যুতিক আহিলাসমূহ ভালদৰে গ্ৰাউণ্ড কৰা হৈছে নে?
 - ঙ) ই এল চি বি / আৰ চি ডি গ্ৰাউণ্ড ফল্ট চাৰ্কিট ইন্টেৰাপ্ৰুৰ আৰু / বা এক নিশ্চিত আহিলা গ্ৰাউণ্ডিং প্ৰগ্ৰাম যতনাই লোৱা হৈছে নে যাৰ দ্বাৰা নিৰ্ধাৰিত বৈদ্যুতিক কাম চলোৱা হ'ব?

- মাথো স্বীকৃত উৎসৰ পৰাহে শক্তি / বিদ্যুৎ ল'ব লাগে।
- যেতিয়া বিদ্যুৎ যোগানৰ দ্বাৰা একাধিক উদ্দেশ্য সাধন কৰা হয় তেতিয়া অধিক সতৰ্ক হ'ব লাগে কিয়নো সাল-সলনিৰ সময়ত ভুল হ'লে বা ভুল আহিলা ব্যৱহাৰ কৰিলে ব্যক্তিগৰাকী বিপদত পৰিব পাৰে।
- পেনেলবোর্ডখন আৰ্খড বা ভূমিষ্ঠ হ'ব লাগে।
- যেতিয়া বিদ্যুৎ যোগান আৰম্ভ হয় ব্যক্তিগৰাকীক সচকিত কৰিবৰ বাবে কোনো চিহ্ন বা লাইটৰ ব্যৱহাৰ কৰক।
- বৈদ্যুতিকভাৱে বিপদজনক ঠাইৰ কামত কোনো সঁজুলি ব্যৱহাৰ কৰিলে, সকলো ধৰণৰ সঁজুলিৰে ডাবল ইনছুলেটেড হৈ থকাটো নিত্যসুই প্ৰয়োজনীয় যাতে ই শক্তি সঞ্চাৰিত অংশৰ সংস্পৰ্শত অহাত বাধাৰ সৃষ্টি কৰে।
- বিদ্যুৎ যোগান বা বিদ্যুৎ সম্বন্ধীয় ক্ষেত্ৰত প্ৰৱেশ কৰাৰ আগতে নিম্নলিখিত সতৰ্কতাসমূহ অৱলম্বন কৰাটো প্ৰয়োজনীয় -
 - সঁজুলিটোৰ যাতে চাৰ্জ বা সক্ৰিয় হৈ নাথাকে।
 - মুখা ইনপুট চাৰ্কিট ব্ৰেকাৰ, সহায়ক পাৰাৰ চাৰ্কিটবোৰ খুলি আৰু লক আউট কৰি পৰীক্ষা কৰিব লাগে।
 - ক্ষতিগ্ৰস্ত তাঁৰ, গৰম হৈ যোৱা তাঁৰ বা ভিতৰৰ তাঁৰ ওলাই থকা তাঁৰ আদি পৰিহাৰ কৰিব লাগে।
 - ছিঙি যোৱা বৈদ্যুতিক তাঁৰ, ভঙা প্লাগ আৰু ফটা বা ভঙা হাউচিং আদি চিনাক্ত কৰিবৰ বাবে বৈদ্যুতিক সঁজুলিবোৰ নিৰীক্ষণ কৰি থাকিব লাগে।
- কাম আৰম্ভ কৰাৰ আগতে সঁজুলিৰ নিৰীক্ষণ, পৰীক্ষণ আৰু লেবেলিং কৰি ল'ব লাগে।
- কেৱলৰ সৈতে সংলগ্ন খুটাবোৰ ভালদৰে আৰ্খড হ'ব লাগে।
- বিপদসংকুল এলেকা বা জুই লগাৰ সম্ভাৱনা থকা ঠাইৰ পৰা বৈদ্যুতিক তাঁৰসমূহ আঁতৰত ৰাখিব লাগে। (যেনেঃ দুৱাৰদলি, পদপথ, দলিচাৰ তলতক ইত্যাদি)
- তাঁৰসমূহ সংযোগ কৰিবৰ বাবে মেল আৰু ফিমেল ইণ্ডাষ্ট্ৰিয়েল ছকেট ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে আৰু পিভিচি টেপৰ ব্যৱহাৰ পৰিহাৰ কৰিব লাগে।
- বিদ্যুৎ যোগান লাইনৰ এলেকাত হোৱা ব্ৰেক বা আন মটৰৰ চলাচল নিৰীক্ষণ কৰিব লাগে। বিদ্যুৎ যোগান এলেকাত সকলোধৰণৰ বৈদ্যুতিক সংযোগ পৰিহাৰ কৰি যথোপযুক্ত ব্যৱধান ৰাখিব লাগে।
- কেবলৰ দৈৰ্ঘ্য যিমান প্ৰয়োজন সিমান হ'ব লাগে য'ত নিম্নতম জোৰা থকা হ'ব লাগে।
- কোনো বিদ্যুৎ প্ৰবাহিত কণ্ডাক্টৰ উন্মুক্ত আৰু গৰাকীবিহীনভাৱে এৰিব নালাগে।
- কোনো বৈদ্যুতিক সঁজুলি বৈদ্যুতিক তাঁৰেৰে ওলোমাই থ'ব নালাগে।
- কোনো হল্ডাৰক লেম্প বা প্লাগ নোহোৱাকৈ এৰিব নালাগে।
- এই কথা নিশ্চিত কৰিব লাগে যে স্পৰ্শ বা ব্যৱহাৰ কৰাৰ আগতে সঁজুলিটোত যাতে বিদ্যুৎ সংযোগ হৈ নাথাকে।
- সকলো বৈদ্যুতিক তাঁৰ আৰু যন্ত্ৰপাতিৰ কাৰ্যকৰী বতৰ সুৰক্ষা চীল্ড থাকিব লাগে।
- বৈদ্যুতিক তাঁৰসমূহ বিল্ডিং বা অন্যান্য গাঁথনিৰ সৈতে সংলগ্ন হ'ব নালাগে।

- অব্যৱহৃত ছকেটত কেপ বা মোখনিৰ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে যাতে ছকেটসমূহ পোনপটীয়া সংস্পৰ্শত নাহে আৰু কোনো যান্ত্ৰিক ক্ষতি নহয়।
- সংলগ্ন হৈ থকা আধাৰ বা পাট্ৰসমূহ ভালদৰে বহুৱাব লাগে যাতে প্লাগটো ভৰাওঁতে এইবোৰ লৰচৰ নকৰে।
- কেবলসমূহ দুৰ্বল হোৱা বা ক্ষয় যোৱাৰ পৰা বচাবলৈ ডাবল ইনচুলেচন থাকিব লাগে।
- মাটিৰ ওপৰেৰে যোৱা কেবলসমূহৰ পৰা দুৰত্ব ৰাখিব লাগে যিহেতু এইবোৰৰ পৰা বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হোৱা বা অন্য বিপদ থাকে।
- কেবলসমূহ হয় মাটিৰ তলেৰে অথবা মাটিতকৈ ৪ মিটাৰ ওপৰেৰে যাব লাগে।
- কোনো বাট-পথ য'ত গাড়ী-মটৰ চলাচল কৰে আৰু য'ত মাটিৰ তলেৰে কেবল টানিব নোৱাৰে, তেনে ঠাইত মাটিৰ পৰা অন্ততঃ ৬ মিটাৰ ওপৰেৰে কেবল টানিব লাগে।
- য'ত মাটিৰ তলেৰে কেবল টনা হয়, তেনে ঠাইত কেবলৰ অৱস্থান ব'ৰ্ডৰ সহায়ত দেখুৱাব লাগে। সেই ব'ৰ্ডত কেবল পাৰ হৈ যোৱা স্থানৰ মাৰ্কিং, বিদ্যুৎ প্ৰৱাহৰ বেটিং আদি চিহ্নিত কৰিব লাগে।
- সকলো এক্সটেনচন ব'ৰ্ড নিম্নতম IP44 মানদণ্ডৰ হ'ব লাগে।
- এক্সটেনচন ব'ৰ্ডৰ ব্যৱহাৰ হ্রাস কৰিব লাগে।
- যেতিয়া ব্যৱহাৰ নহয় তেতিয়া বৈদ্যুতিক সঁজুলিসমূহ সংযোগবিহীন কৰি থ'ব লাগে।
- কেতিয়াও কোনো বৈদ্যুতিক তাঁৰ জোৰেৰে টানি সংযোগহীন কৰিব নালাগে।
- এই কথা নিশ্চিত কৰিব লাগে যে, সঁজুলিৰ ভিতৰত কেবলডাল অপৰিবাহী তাঁৰেৰে ভালদৰে ৰখা হয় যাতে ই পিচলি নাযায়।
- মাথোঁ তিনিটা দীঘল প্লাগেৰে গ্ৰাউণ্ড কৰা বৈদ্যুতিক সঁজুলিহে ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।
- যদি কোনো দণ্ড আউটলেটৰ ভিতৰত ভাঙি যায় তেন্তে ইয়াক নিজে আঁতৰাবলৈ চেষ্টা কৰিব নালাগে।
- কোনো বৈদ্যুতিক প্লাগৰ দণ্ড আঁতৰাই দিব নালাগে। যদি প্লাগৰ দণ্ড নাই, টিলা হৈছে বা বেঁকা হৈ গৈছে তেন্তে সম্পূৰ্ণ প্লাগটো সলনি কৰক।

অতিৰিক্ত সুৰক্ষা ব্যৱস্থা :

- ওপৰেদি যোৱা বৈদ্যুতিক তাঁৰৰ পৰা অন্ততঃ ১০ ফুট দুৰত্ব বজাই ৰাখিব লাগে।
- এনে সকলো ঠাই য'ত বৈদ্যুতিক দুৰ্ঘটনা হোৱাৰ সম্ভাৱনা থাকে, তাত যথাসম্ভৱ পোহৰৰ ব্যৱস্থা কৰিব লাগে। জৰুৰীকালীন পোহৰৰ ব্যৱস্থাও থাকিব লাগে।
- দেৱালত অস্বীকৃত হৈ থকা বৈদ্যুতিক তাঁৰৰ অৱস্থিতি নজনাকৈ কেতিয়াও দেৱাল বা মজিয়াত ড্ৰিলিং মেচিনেৰে ফুটা কৰিব নালাগে।
- শক্তিশালী বৈদ্যুতিক লাইন বা সঁজুলিত কাম আৰম্ভ কৰাৰ আগতে বিশেষভাৱে নিৰ্মিত ব্যক্তিগত সুৰক্ষা সঁজুলি আৰু বস্ত্ৰ দিব লাগে।

বিদ্যুৎ পৰিবাহী লাইন / সঁজুলিত কাম কৰাৰ সময়ত নিম্নলিখিত সুৰক্ষা ব্যৱস্থাসমূহ নিশ্চিত কৰিব লাগে :

- শ্বক লগাৰ পৰা বাচিবলৈ ইনচুলেটেড আহিলা বা হাথিয়াৰ ব্যৱহাৰ

- ববৰৰ হাতমোজা / শ্বক প্ৰতিৰোধকাৰী সুৰক্ষা বুট / জোতা
- সুৰক্ষা চছমা / গগলছ
- যদি কোনো বৈদ্যুতিক চাপৰ ফলত জুই লগাৰ সম্ভাৱনা থাকে তেন্তে জুই প্ৰতিৰোধকাৰী বস্ত্ৰ বা কাপোৰৰ ব্যৱহাৰ

কোনো হাথিয়াৰৰ দ্বাৰা বিদ্যুৎ সম্পৰ্কীয় কাম কৰাৰ সময়ত ল'বলগীয়া সতৰ্কতাসমূহ :

- মেৰামতি / ৰক্ষণাবেক্ষণৰ সময়ত 'পাৰ্মিট' পদ্ধতিৰ প্ৰয়োগ।
- সদায় হাতমোজা পিন্ধা
- বিদ্যুতৰ কাম কৰোঁতে বৈদ্যুতিক সুৰক্ষা জোতা পিন্ধা।
- বিদ্যুতৰ কাম কৰোঁতে ববৰৰ মেটত থিয় হৈ লোৱা।
- অপাৰেটিং চাৰ্কিটত 30 mA সংবেদনশীলতা থকা ৰেছিডুৱেল কাৰেণ্ট ডিভাইচ নিশ্চিত কৰা।
- কাম কৰোঁতে ফেজ কণ্ডাক্টৰসমূহ ভালদৰে আৰ্থড্ কৰা আৰু মেৰামতিৰ সময়ত হঠাতে ছুইচ অন্ হৈ যোৱা অৱস্থা প্ৰতিৰোধ কৰিবৰ বাবে লকৰ ব্যৱহাৰ কৰা।
- বিদ্যুৎ প্ৰবাহিত টাৰ্মিনেল বক্স, পেনেল ইত্যাদিত কাম কৰোঁতে যথাসম্ভৱ এখন হাতৰ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। আনখন হাতেৰে যিকোনো ধাতু আদি স্পৰ্শ কৰিব নালাগে।
- ভালদৰে অন্তৰিত আৰু সম্পূৰ্ণ আৱৰিত তিনি বা চাৰি ক'ৰৰ কেবলহে ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।
- তাঁৰৰ জোৰা লগোৱা কাৰ্য্য পৰিহাৰ কৰিব লাগে।
- মাটিক কেতিয়াও নিউট্ৰেল হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।
- বৈদ্যুতিক তাঁৰ বা কেবলসমূহ দৃঢ়ভাৱে সংযুক্ত হ'ব লাগে নিউট্ৰেল সংযোগহীনতাই এটা সঁজুলিক কাম কৰাত বাধা দিয়াৰ লগতে আন টাৰ্মিনেলৰ (নিউট্ৰেল টাৰ্মিনেল সহিত) সংস্পৰ্শত আহিলে বৈদ্যুতিক শ্বক সৃষ্টি কৰে।
- বৈদ্যুতিক সঁজুলিবিধৰ বডীটো কেবলৰ তৃতীয় ক'ৰ ব্যৱহাৰ কৰি 'আৰ্থড' কৰি ল'ব লাগে।
- হাথিয়াৰ (ছিংগল শ্লেণ্ড / কঠিন তাঁৰ আদি পৰিহাৰ কৰক)সমূহ সংযোগ কৰিবৰ বাবে মাথোঁ ফ্লেস্কিবল কেবলহে ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। টাৰ্মিনেলৰ ওচৰত আৰু মূৰবোৰত ববৰেৰে নিৰ্মিত কভাৰ / পাতৰ ব্যৱহাৰ কৰি সঘনাই পাকখোৱাৰ ফলত ছিঙি যোৱাৰ ভয় নাথাকে।
- ছকেট, প্লাগিং, টাৰ্মিনেল ব্লক, ৱেল্ডিং পাত্ৰ আদিৰ বাবে সঠিক আন্তঃসংযোগ পদ্ধতি প্ৰয়োগ কৰিব লাগে।
- হাথিয়াৰসমূহলৈ বিদ্যুৎ যোগান চেণ্টাৰ টেপ আৰ্থড ট্ৰান্সফৰ্মাৰৰ পৰা হ'ব লাগে।
- কিছুমান বিশেষ এলেকাত মাথোঁ জুই প্ৰতিৰোধকাৰী সঁজুলিহে ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।

বিদ্যালয় চৌহদ
আৰু আশে পাশে
বৈদ্যুতিক সুৰক্ষা



বিদ্যালয়ৰ ওচৰত বা বিদ্যালয়ত ল'বলগীয়া বৈদ্যুতিক সুৰক্ষা :

- বিদ্যালয়সমূহ বিদ্যুৎ উপকেন্দ্ৰ, শক্তি যোগান লাইনৰ পৰা যথেষ্ট দূৰত্বত অৱস্থিত হ'ব লাগে।
- বিদ্যালয় বা বিদ্যালয়ৰ পথত খোলা অৱস্থাত ডিষ্ট্ৰিবিউচন বক্স, জংচন বক্স, ষ্ট্ৰীট বক্স আদি থাকিব নালাগে।
- ট্ৰান্সফৰ্মাৰ আদি ভালদৰে কাঁটা তাঁৰেৰে আবৃত হ'ব লাগে।

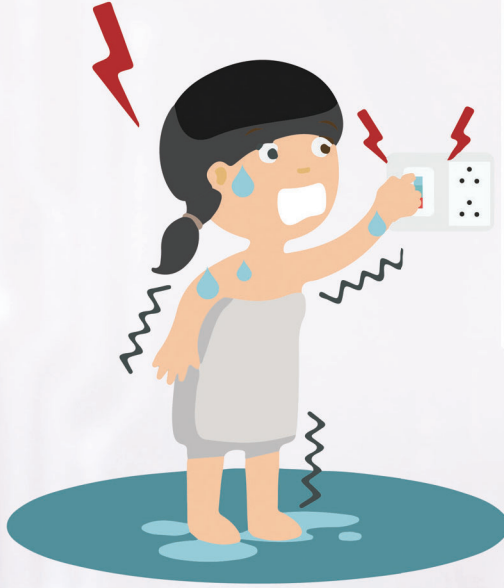
কৰিবলগীয়া

- বৈদ্যুতিক সঁজুলি ব্যৱহাৰ কৰাৰ সময়ত অভিজ্ঞ লোকৰ সহায় লওঁক।
- সকলো অব্যৱহৃত বৈদ্যুতিক আউটলেটত সুৰক্ষাকৈপ ব্যৱহাৰ কৰক।

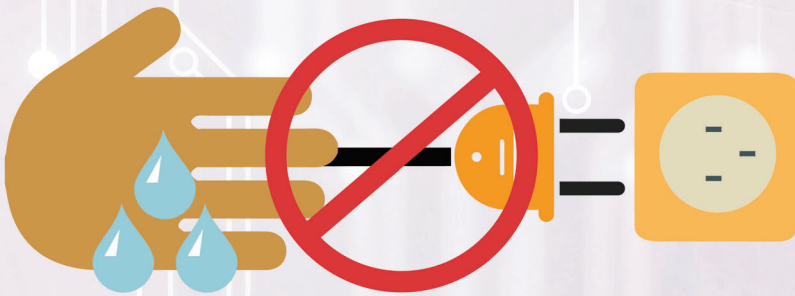
কৰিবনলগীয়া

- কোনো বৈদ্যুতিক উপকেন্দ্ৰৰ চাৰিওকাষে থকা কাঁটাতাঁৰ বগাই পাব নহ'ব।
- পানীৰ কাষত বৈদ্যুতিক যন্ত্ৰ ব্যৱহাৰ নকৰিব।
- বৰষুণ / ধুমুহাৰ সময়ত কোনো বিদ্যুৎ পৰিবাহী লাইন থকা এলেকাত আশ্ৰয় নল'ব।
- বিদ্যুৎ পৰিবাহী লাইনৰ ওচৰত থকা গছ নুচুব বা তেনে গছত নুঠিব।





ভিজা হাতেৰে বৈদ্যুতিক যন্ত্ৰপাতি বা তাঁৰ
স্পৰ্শ নকৰিব।



বৈদ্যুতিক সুৰক্ষাৰ
ক্ষেত্ৰত আৰ্থিঙ
(earthing)ৰ
ভূমিকা

আৰ্থিঙে আপোনাক আৰু আপোনাৰ ঘৰখনক নিম্নলিখিত ধৰণে সহায় কৰে :

- আৰ্থিঙে সকলো বৈদ্যুতিক সঁজুলি আৰ্থ হৈ থকাটো নিশ্চিত কৰে যাতে বিদ্যুতৰ পোনপটীয়া সংস্পৰ্শত আহি কোনো বৈদ্যুতিক শ্বক নহয়।
- বিদ্যুৎ প্ৰবাহৰ ফলত বৈদ্যুতিক সঁজুলিসমূহ নষ্ট হোৱাৰ পৰা সুৰক্ষা প্ৰদান কৰে।
- ভাৰসাম্যহীন ল'ডৰ সময়ত আৰ্থিঙে থ্ৰী-ফেজ চাৰ্কিটত ষ্টেবল ভল্টেজ বজাই ৰাখে।
- আৰ্থিঙে ওখ ঘৰবোৰক বজ্ৰপাতৰ পৰা হ'ব পৰা বিপদৰ পৰা সুৰক্ষা দিয়ে।

এটা নতুন ঘৰ কিনাৰ সময়ত মনকৰিবলগীয়া বিষয়সমূহ



বজ্রপাতৰ সময়ত
অৱলম্বন কৰিবলগীয়া
সতৰ্কতাসমূহ



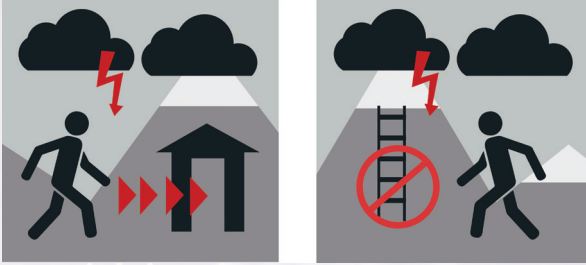
বজ্রপাতৰ সময়ত নিম্নোক্ত ব্যৱস্থাসমূহ গ্ৰহণ কৰক :

খোলা ঠাইত :

- ভৰি দুখন যিমান পাৰি সিমান চপাই বহি লৈ আপোনাৰ হাত দুখনেৰে ভৰি দুখন আৱৰি ধৰি মূৰটো তললৈ গুজি বহক। কাষৰ ব্যক্তিজনৰ পৰা অন্ততঃ ৩ মিটাৰৰ দূৰত্ব ৰাখক।
- হাবি অঞ্চলৰ গছ-গছনি, উপবন আদি আৰু ওপৰেদি যোৱা বৈদ্যুতিক লাইনৰ কাঠৰ খুঁটাৰ পৰা আঁতৰত থাকক। সকলো গছ-গছনি আৰু এইবোৰৰ ডালৰ পৰা অন্ততঃ ১০ মিটাৰ দূৰত্বত থাকক।



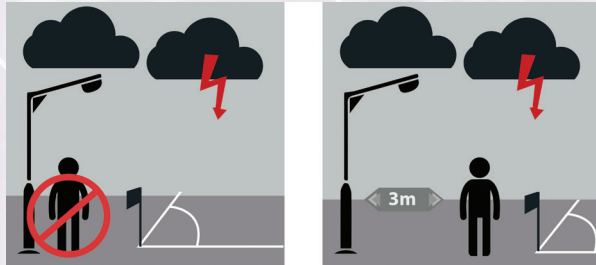
পাহাৰ-পৰ্বতত :



- পাহাৰ-পৰ্বতৰ টিং বা উচ্চতম ঠাইৰ পৰা আঁতৰত থাকক।
- অন্যান্য ব্যক্তি আৰু ধাতুৰ বস্তু যেনে - হুক, জখলা আৰু ৰচী আদিৰ পৰা অন্ততঃ ৩ মিটাৰ দূৰত্ব ৰাখক।

খেল পথাৰত :

- ৰেডিঅ' মাষ্ট / খুঁটা আৰু ফ্লেগপ'লৰ পৰা অন্ততঃ ৩ মিটাৰ দূৰত্ব ৰাখক। হাতত থকা ফ্লেগ, ছাতি আৰু গল্ফ আদি আঁতৰাই থ'ব।



মাছ মৰা বা চিকাৰ কৰাৰ সময়ত :

- আপোনাৰ হাতৰ বৰশীডাল পেলাই থৈ মাটিত আশ্রয় লওঁক।
- চিকাৰত যোৱা ব্যক্তিয়ে বিজুলী বজ্রপাতৰ চিন দেখিলে তৎক্ষণাত গছৰ পৰা নামি আহিব লাগে।



কেম্পিং কৰি থাকোঁতে :



- কোনো খুঁটা বা তোৰৰ কাষত, অৰণ্যৰ প্ৰান্তত বা আকলশৰীয়াইকৈ থকা গছৰ ওচৰত কেতিয়াও টেণ্ট বা তম্বু তৰিব নালাগে।
- তম্বুৰ ভিতৰত অপৰিবাহী মেট্ৰেছ ব্যৱহাৰ কৰক আৰু বজ্রপাতৰ সময়ত তম্বুৰ খুঁটা স্পৰ্শ নকৰিব।

- আন তম্বু আৰু কাৰাভান আদিৰ পৰা অন্ততঃ ৩ মিটাৰৰ দূৰত্ব বজাই ৰাখক।
- এখন অপৰিবাহী শুকান মেট্ৰেছত শুই পৰক।

মুকলি পানীত :

- বিজুলী বজ্রপাতৰ চিন দেখা পালে ততালিকে পানীৰ পৰা ওলাই আহি সুৰক্ষিত স্থানত আশ্রয় লওঁক।



গছৰ তলত :



- গছৰ তলত, হাবি-বনৰ গছ-গছনি, উদ্যান আদিৰ পৰা আঁতৰি আহি গছ-ডাল আদিৰ পৰা অন্ততঃ ১০ মিটাৰৰ দূৰত্ব ৰাখক।

নাঁৱৰ ওপৰত উঠি থাকিলে :

- নাঁৱৰ ভিতৰলৈ গৈ তলিত শুই পৰক আৰু নাঁৱৰ বিগ বা অন্য কোনো ধাতুৰ বস্তু স্পৰ্শ নকৰিব।



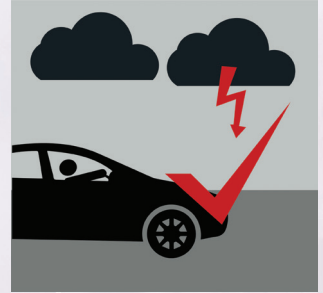
চাইকেল চলাই থাকোঁতে :



- চাইকেল বা মটৰ চাইকেল চলাই থাকোঁতে বজ্রপাত পৰিলে চলাবলৈ এৰি কোনো ঠাইত আশ্রয় ল'ব লাগে (যেনে দলঙৰ তলত) বা আপোনাৰ বাহনৰ পৰা অন্তত ৩ মিটাৰ দূৰলৈ গৈ মাটিত শুই পৰক।

গাড়ীৰ ভিতৰত :

- তীব্ৰ বৰষুণ বা বিজুলী ঢেৰেকনিৰ সময়ত পৰৱৰ্তী সুবিধাজনক স্থানত বৈ দিয়া উচিত বা বিজুলী ঢেৰেকনি শেষ নোহোৱালৈকে অপেক্ষা কৰিব লাগে যাতে বিজুলী চমকনিয়ে চকুত চাট মাৰি ধৰাৰ ফলত গাড়ীয়ে নিয়ন্ত্ৰণ হেৰুৱাই নোপেলায়।



ঘৰৰ ভিতৰত :



- ঘৰত যথোপযুক্ত বজ্রপাত সুৰক্ষা ব্যৱস্থা স্থাপন কৰিব লাগে।

বিজুলী-ঢেৰেকনিৰ সময়ত নিম্নলিখিত কামবোৰ কৰিব নালাগে :

- টি ভি (টেলিভিচন) চোৱা
- ইন্টাৰনেট চাৰ্ফিং কৰা
- ম'বাইল বা টেলিফোনত কথা পতা
- গা ধোৱা

বজ্ৰপাতত আঘাতপ্ৰাপ্ত হ'লে কি কৰিব লাগে :

- বজ্ৰপাত পৰাৰ ফলত আঘাতপ্ৰাপ্ত হ'লে সাধাৰণতে স্নায়ু আৰু মাংসপেশীৰ পেৰেলাইছিছ বা পক্ষাঘাত, দৃষ্টিশক্তি আৰু শ্ৰৱণশক্তিৰ ক্ষতি আৰু ৰক্তচাপ বাঢ়ে।
- বজ্ৰপাতত আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তি সংজ্ঞাহীন নহ'লে তেওঁক শান্ত কৰিবলৈ চেষ্টা কৰক। কোনো সহায় আহি নোপোৱালৈকে আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তি গৰাকীৰ লগত লাহে-ধীৰে কথা পাতি থাকক।
- যদি আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিগৰাকী সংজ্ঞাহীন হৈ পৰে, তেওঁক বিক'ভাৰী পজিচনত শুৱাই দিয়ক। ব্যক্তিগৰাকীৰ পালছ আৰু শ্বাস-প্ৰশ্বাস পৰীক্ষা কৰক। যদি ব্যক্তিগৰাকীৰ পালছ বা হৃদস্পন্দন পোৱা নাযায়, তেওঁক ওপৰলৈ চিত কৰি শুৱাই দিয়ক আৰু তৎক্ষণাৎ পালম'নাৰী ৰিচাৰ্ছিটেচন (হাৰ্টৰ মালিচ আৰু কৃত্ৰিম শ্বাস-প্ৰশ্বাস) আৰম্ভ কৰক। ব্যক্তিগৰাকীয়ে লৰচৰ বা তেওঁৰ বুকুখন উঠা-নমা নকৰালৈকে তেনেদৰে কৰি থাকক।



বিক'ভাৰী পজিচন



হাৰ্টৰ মালিচ



ৰিচাৰ্ছিটেচন

প্রাথমিক চিকিৎসা



প্ৰাথমিক চিকিৎসা :

- বৈদ্যুতিক শ্বক পোৱা ব্যক্তিগৰাকীক ততালিকে বৈদ্যুতিক শক্তিৰ উৎসৰ ওচৰৰ পৰা আঁতৰাই আনিব লাগে। সংযোগ বিচ্ছিন্নকাৰী ছুইচ / ব্ৰেকাৰটো চিনাক্ত কৰি লগে লগে বন্ধ কৰি দিব লাগে।
- যদি দুৰ্ভাগ্যবশতঃভাৱে সংযোগী যন্ত্ৰ বা ছুইচ বিচাৰি পোৱা নাযায় তেন্তে শ্বকপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিগৰাকীক এক অপৰিবাহী পদাৰ্থ যেনে শুকান কাঠৰ ব'ৰ্ড, অধাতব পাইপ বা ৰবৰৰ বৈদ্যুতিক তাঁৰৰ সহায়ত চাৰ্কিটৰ ওচৰৰ পৰা টানি বা আঁতৰাই আনিব লাগে।
- আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিগৰাকী তৎক্ষণাৎ চিকিৎসা যেনে - শ্বাস-প্ৰশ্বাস আৰু পালছ পৰীক্ষা প্ৰদান কৰিব লাগে আৰু অক্সিজেনৰ যোগান ধৰিবৰ বাবে কাৰ্ডিঅ'-পালমনাৰী ৰিচাৰ্ছিটেন (চি পি আৰ) পদ্ধতি প্ৰয়োগ কৰিব লাগে।
- যদি আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিগৰাকী সংজ্ঞাহীন হৈ নপৰে তেন্তে তেওঁক সুক্ষ্মভাৱে নিৰীক্ষণ কৰাৰ লগতে প্ৰশিক্ষণপ্ৰাপ্ত জৰুৰীকালীন সহায়কাৰী ব্যক্তি আহি নোপোৱালৈকে যত্ন ল'ব লাগে।
- আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিগৰাকীক শাৰীৰিক শ্বকৰ পৰা বচাবৰ বাবে তেওঁৰ শৰীৰটো গৰম কৰি সুবিধাজনক স্থিতিত ৰাখিব লাগে।

ELECTRIC SHOCK & ITS MANAGEMENT

বৈদ্যুতিক শ্বক আৰু ইয়াৰ ব্যৱস্থাপনা



Upon contact with live high tension wire উচ্চ বৈদ্যুতিক শক্তিৰ তাঁৰৰ সংস্পৰ্শলৈ আহিলে



Electric Shock upon contact with exposed live wire উদ্ভুক্ত বৈদ্যুতিক শক্তিৰ পৰিবাহী তাঁৰৰ সংস্পৰ্শলৈ আহি বৈদ্যুতিক শ্বক লগা



EFFECTS প্ৰভাৱ

- 1) Fatal paralysis of heart.
- ১। হৃদযন্ত্ৰৰ পক্ষাঘাত।
- 2) Stoppage of breathing.
- ২। শ্বাস-প্ৰশ্বাস বন্ধ হোৱা।
- 3) Burns, deep or superficial or both.
- ৩। জ্বলা বাঢ়ি, ছলনৰ ওপৰত বা দেহৰ ভিতৰত।

Electric Shock due to faulty electrical connection and carelessness
অসুস্থ বৈদ্যুতিক সংযোগ বা অসাবধানতাৰ বাবে হোৱা বৈদ্যুতিক শ্বক

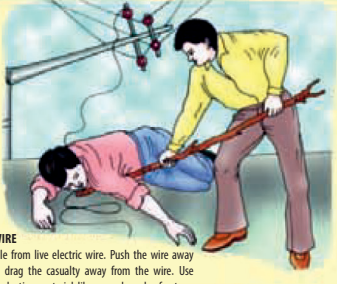
MANAGEMENT ব্যৱস্থাপনা



Switch off the power and remove the plug, if possible.
বৈদ্যুতিক ছুইছ "অফ" কৰি দিয়ক, আৰু সম্ভৱ হ'লে প্লাগটো বুলি দিয়ক।



Break electrical contact without directly touching the casualty.
আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিক পোনপটীয়াকৈ স্পৰ্শ নকৰি বৈদ্যুতিক সংযোগৰ পৰা আঁতৰ কৰক।



2. HIGH TENSION WIRE

Keep as far as possible from live electric wire. Push the wire away from the casualty or drag the casualty away from the wire. Use only dry and non conducting material like rope, branch of a tree, dry cloth etc.

২) উচ্চ বৈদ্যুতিক শক্তিৰ তাঁৰ উচ্চ বৈদ্যুতিক শক্তিৰ তাঁৰৰ পৰা বিমান পাৰি নিম্নান দূৰত বজাই ৰাখক। বৈদ্যুতিক তাঁৰতল আঁতৰাই দিয়ক অথবা ব্যক্তিগৰাকীক তলি উৰুৱালৈ পৰা আঁতৰাই আনক। মাথোঁ শুকান আৰু অপৰিবাহী বস্তু যেনে কাঠ, গছৰ শুকান ডাল, শুকান কাপোৰ আদি ব্যৱহাৰ কৰক।

Release pressure for inspiration
শ্বাস ভিতৰলৈ পৰিয়ালৰ বাবে হেঁচা কম কৰক।

1. EXPOSED LIVE WIRE

Stand on dry insulated material like wood, folded newspaper, rubber mat etc.

১) উদ্ভুক্ত বৈদ্যুতিক পৰিবাহী তাঁৰ শুকান কাঠ, জাপি খোৰা বাতৰি কাকত, বৰৰ মোট আদি অপৰিবাহী বস্তুৰ ওপৰত থিয় হওক।



Apply expiration pressure.
নিশ্বাস বাহিৰ উলিয়াবলৈ বুকু-পিঠিত হেঁচা প্ৰয়োগ কৰক।



Give artificial respiration & external cardiac massage.
আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিজনক কৃত্ৰিম শ্বাস-প্ৰশ্বাস আৰু হৃদযন্ত্ৰক বাহ্যিক মালিছ দিয়ক।



Inspiration by chest expansion
বুকুখন চিলা কৰি শ্বাস ভিতৰলৈ সোমাবলৈ দিয়ক।

Do not give casualty to drink. Rinse the burnt area with cold water and apply bandage.

আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিক কোনো জ্বলীয়া প্ৰবা পান কৰিবলৈ নিদিব। জ্বলি যোৱা ঠাইখিনি ঠাণ্ডা পানীয়ে ধুৱাই দিয়ক আৰু বেজোৰ বাধি দিয়ক।

Expiration by chest compression
নিশ্বাস বাহিৰ উলিয়াবলৈ বুকুত হেঁচা।

সতৰ্কতাৰ্থকৰণ ব্যৱস্থা

কম ডাঙৰী

- ১। পেছাদাৰী লোকৰ সহায় লওক।
- ২। শুকান কাঠৰ তন্তা, জাপি খোৰা বাতৰি কাকত, বৰৰ মোট আদি অপৰিবাহী বস্তুৰ ওপৰত থিয় হওক আৰু মাথোঁ অপৰিবাহী আহিলাহে ব্যৱহাৰ কৰক।
- ৩। যদি উপলব্ধ হয় তেন্তে শুকান বৰৰ হাতমোজা ব্যৱহাৰ কৰক।

উচ্চ ডাঙৰী

- ১। নিজে স্তেৰি নকৰি পেছাদাৰী লোকৰ সহায় লওক।
- ২। চিতি পৰা বিদ্যুৎবাহী তাঁৰৰ পৰা বিমান পাৰি দূৰত থাকক।
- ৩। বৈদ্যুতিক সংযোগ বিচ্ছিন্ন নকৰালৈকে আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিক স্পৰ্শ নকৰিব।



Call the Doctor or take the casualty to hospital

চিকিৎসকক বৰৰ দিয়ক বা আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিজনক চিকিৎসালয়লৈ লৈ য়াওক।

বৈদ্যুতিক শ্বকৰ পৰা পুনৰত্ৰ্জীবন (Resuscitation)

নিজকে সুৰক্ষিত ৰাখক

যদি বৈদ্যুতিক শ্বক পোৱাৰ ফলত আঘাতপ্ৰাপ্ত ব্যক্তিগৰাকী ঢলি পৰে, তেন্তে মেইন ছুইছ 'অফ' কৰি দিয়ক, প্লাগটো খুলি দিয়ক বা বিদ্যুৎ সংযোগ বিচ্ছিন্ন কৰক। যদি সেই কেবল, ছকেট বা মেইন ছুইছ ঠাইতে পোবা নাযায়, তেন্তে কোনোবা শূকান অপৰিবাহী বস্তুৰ ওপৰত থিয় দি এদাল দীঘলীয়া ৰাডু, ছেফটি ষ্ক, কাঠৰ চকী বা টুল ব্যৱহাৰ কৰি আহত লোকজনক বিদ্যুতৰ উৎসৰ পৰা ঠেলি আঁতৰাই দিব লাগে **A**। সেই ঠাই নিৰাপদ হোৱাৰ পাছতঃ

আহত লোকজনৰ প্ৰতিক্ৰিয়া পৰীক্ষা কৰক

যদি অজ্ঞান হৈ আছে, বায়ু অহাৰ পথ খুলি দিয়ক আৰু স্বাভাৱিক উশাহ-নিশাহ লৈছে নেকি পৰীক্ষা কৰক (১০ ছেকেণ্ডলৈকে) **B**

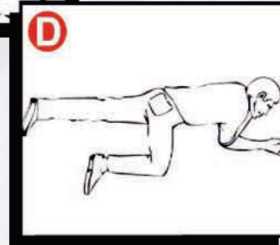
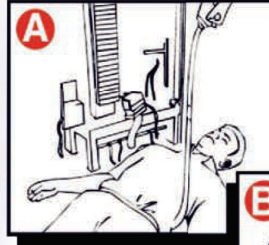
যদি আহত লোকজনে উশাহ নিশাহ লৈ আছে, তেন্তে তেওঁক ৰিকভাৰী প'জিচনত ৰাখক, **108** লৈ ফোন কৰি এম্বুলেঞ্চ মাতক, ১০ মিনিটৰ মূৰে মূৰে বা চিকিৎসা সহায় নহালৈকে তেওঁৰ শ্বাস-প্ৰশ্বাস পৰীক্ষা কৰি থাকক।

যদি আহত লোকজনে ভালদৰে উশাহ নিশাহ ল'ব পৰা নাই

যদি আহত লোকজনে ভালদৰে উশাহ নিশাহ ল'ব পৰা নাই, তেন্তে **১০৮** লৈ তৎক্ষণাত ফোন কৰক আৰু CPR আৰম্ভ কৰি দিয়ক।

CPR আৰম্ভ কৰক

CPR আৰম্ভ কৰক। প্ৰথমে ৩০ বাৰ বুকুৰ কম্প্ৰেছন আৰু দুবাৰ বেছকিউ উশাহ নিশাহ **C** প্ৰয়োজন অনুসৰি এই কামবোৰ পুনৰ কৰক।



কেন্দ্ৰীয় বৈদ্যুতিক প্ৰাধিকৰণৰ এক পদক্ষেপ



सत्यमेव जयते



সহযোগী



অসম শক্তি বিতৰণ কোম্পানী লিমিটেড
এক সম্পূৰ্ণ উপভোক্তাকেন্দ্ৰিক প্ৰতিষ্ঠান